



A PRÁTICA DO KARATÊ ADAPTADO E AS HABILIDADES SOCIAIS EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA

MARCELA MERINO CARNEIRO; REGINA YONEKO DAKUZAKU CARRETTA

Introdução: O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é caracterizado por déficits motores, cognitivos e sociais que impactam a participação do indivíduo no cotidiano. Atividades físicas, como a prática do Karatê, são sugeridas para esse público, pois promovem interação, convivência, aprendizado e melhorias nas habilidades sociais. A pesquisa na graduação permite ao estudante explorar novas áreas e ampliar seu conhecimento, enriquecendo seu desenvolvimento. Um exemplo é o estudo sobre o TEA, suas características e a aplicação de intervenções voltadas para atividades físicas.

Objetivo: Este estudo buscou analisar o impacto do Karatê nas habilidades sociais de crianças e adolescentes com TEA, segundo a percepção dos pais, além de destacar a importância da pesquisa na graduação para o desenvolvimento pessoal e profissional.

Relato de caso/Experiência: Cinco mães participaram do estudo; a idade dos filhos variou de 8 a 12 anos. Após o diagnóstico de TEA, as mães buscaram outras intervenções para seus filhos, incluindo o Karatê adaptado. As expectativas iniciais incluíam disciplina, compreensão de regras, socialização e autocontrole emocional. Observou-se que, apesar da preferência dos filhos por atividades solitárias, as mães relataram melhora na interação social, no seguimento de regras, no bem-estar, qualidade de vida e respeito após a prática do Karatê, além da promoção de um espaço para a inclusão social. A troca de faixa foi mencionada como um momento que favoreceu a autoconfiança e autoestima dos filhos, aplicadas em outras situações cotidianas. Outrossim, a experiência como pesquisadora destacou o ensino-aprendizagem prático na formação acadêmica e pessoal, através do desenvolvimento de habilidades comunicativas, emocionais, de conduta e crítico-reflexivas, além do reconhecimento da importância do fortalecimento de vínculos e redes sociais. Isso também contribuiu para o desenvolvimento da empatia referente aos diferentes modos de ser e vivenciar o cotidiano pela neurodiversidade. **Conclusão:** As experiências apresentadas atingiram os objetivos deste estudo, em que a prática do Karatê adaptado se mostrou benéfica tanto para os praticantes com TEA quanto para as suas famílias, com relatos de melhorias no autocontrole, autoconfiança, interação e inclusão social. O aprendizado teórico e prático dessa vivência contribuiu tanto para a formação pessoal e profissional da estudante pesquisadora.

Palavras-chave: TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA; INTERAÇÃO SOCIAL; ARTES MARCIAIS; CRIANÇAS E ADOLESCENTES; ATIVIDADE FÍSICA